※令和４年度以降入学生用

学校番号	3032

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育（３年）	単位数	２単位	年次	３年次
使用教科書	現代高等保健体育　（大修館書店出版）						
副教材等							

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・集団行動や各種目の中で自己の能力に応じて基礎・基本的な運動技能・体力や筋力を高めよう。
・自他の運動を観察し、分析することで興味・関心を高め、運動の楽しさや喜び、達成感を一緒に味わおう。
・体育の授業を通して、運動をする・見る・支える・調べるといった関わりを学び、自分にあったスポーツライフを考えてみよう。

2　学習の到達目標

＜知識・技能＞
各種目において、基本的な知識・技能を身につけ、種目ごとの特性やルールを理解する。
＜思考・判断・表現＞
生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てるとともに、日常生活で生かせるよう、ライフステージと健康について知識や理解を深めるとともに、健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り適切に判断する能力を養う。
＜主体的に学習に取り組む態度＞
グループで指導し合う活動を通して主体的に運動に取り組む態度を養う。

3　評価の観点及びその趣旨

観点	a:知識・技能	b:思考・判断・表現	c:主体的に学習に取り組む態度
観点の趣旨	運動の技術の名称や行い方、課題解決の方法､練習や発表の仕方､健康･安全の確保の仕方についての具体的な方法を理解している。 技能の上達過程や動きのﾒｶﾆｽﾞﾑ､体力ﾄﾚｰﾆﾝｸﾞの具体的な方法などを理解している。 運動の合理的な実践を通して､勝敗を競ったり､攻防を展開したり､表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身につけている。	知識を活用し、技能向上につなげる。 運動を継続したり、体力や技能向上をするための計画を考えることができる。 学習で得た成果を自ら応用・発展させ、日常生活に生かせる。 自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組みを工夫できる。	運動の楽しさや喜び自主的に味わおうとする。 健康や安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。 運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう､公正､協力、責任、参画などの態度や意欲を身につける。

上に示す観点に基づいて、学習のまとまりごとに評価し、学年末に５段階の評定にまとめます。学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。

4　学習の活動

※令和４年度以降入学生用

学期	単元名	学習内容	単元(題材)の評価規準	評価方法		
				知(a)	思(b)	主(c)
全学期	集団行動 体つくり運動	集団行動 ラジオ体操 体ほぐしの運動 体力を高める運動	a:体を動かす楽しみや心地よさを味わい、健康の保持増進を図り、運動を行うことができる。 b: ねらいに応じて健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための運動の計画を立てるとともに、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。 c: 体つくり運動の楽しさや心地よさを味わうことができるよう、体力の違いに配慮しようとすること、自己責任を果たそうとすることなど、健康・安全を確保して学習に自主的に取り組もうとしている。	テスト	テスト 振り返りシート レポート	振り返りシート 授業態度
	体育理論	生涯スポーツの見方・考え方 ライフスタイルに応じたスポーツ スポーツを推進する取り組み 豊かなスポーツライフの創造	a:各ライフステージにおけるスポーツの楽しみ方は，個人のスポーツ経験や学習によって育まれたスポーツに対する欲求や考え方，健康や体力を求める必要性や個人の健康目標などによっても変化するものであることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。 b: ライフステージにおけるスポーツの楽しみ方やライフスタイルに応じたスポーツとの関わり方について，自己や自己を取り巻く環境の変化を予想し，自己や社会についての課題を発見するができる。 c: 豊かなスポーツライフの設計の仕方についての学習に，主体的に取り組もうとしている。	テスト	テスト 振り返りシート レポート	振り返りシート 授業態度
1学期	選択	(男子) 下記 A 群の種目から講座ごとに 2 つ選択 (女子) 下記 B 群の種目から講座ごとに 2 つ選択 A 群:陸上競技、ハンドボール、ソフトボール、サッカー、アルティメット B 群:バレーボール、バスケットボール、バドミントン、フットサル	a: 各種目に応じた、各種目、演技特有の技能を身につける。 技術や技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 b: 生涯にわたって各種目を豊かに実践するための事故の課題に応じた運動の取り組み方をしている。 c: それぞれの種目の楽しさや喜びを味わおうとしている。マナーやルールを大切にすることや自己責任を果たそうとしている。健康や安全を確保し、自主的に取り組もうとしている。	テスト	テスト 振り返りシート レポート	振り返りシート 授業態度

※令和４年度以降入学生用

	水泳	背泳	a:技術や技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 b:生涯にわたって水泳を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方をしている。 c:水泳の楽しさや喜びを味わおうとしている。マナーやルールを大切にすることや自己責任を果たそうとしている。健康や安全を確保し、自主的に取り組もうとしている。	テスト	テスト 振り返りシート レポート	振り返りシート 授業態度
2学期	水泳	背泳	a:技術や技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 b:生涯にわたって水泳を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方をしている。 c:水泳の楽しさや喜びを味わおうとしている。マナーやルールを大切にすることや自己責任を果たそうとしている。健康や安全を確保し、自主的に取り組もうとしている。	テスト	テスト 振り返りシート レポート	振り返りシート 授業態度
	選択	(男子) 下記 B 群の種目から講座ごとに2つ選択 (女子) 下記 A 群の種目から講座ごとに2つ選択 A 群:陸上競技、ハンドボール、ソフトボール、サッカー、アルティメット B 群:バレーボール、バスケットボール、バドミントン、フットサル	a: 各種目に応じた、各種目、演技特有の技能を身につける。 技術や技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 b: 生涯にわたって各種目を豊かに実践するための事故の課題に応じた運動の取り組み方をしている。 c: それぞれの種目の楽しさや喜びを味わおうとしている。マナーやルールを大切にすることや自己責任を果たそうとしている。健康や安全を確保し、自主的に取り組もうとしている。	テスト	テスト 振り返りシート レポート	振り返りシート 授業態度
3学期	選択	(男子) 下記 B 群の種目から講座ごとに1つ選択 (女子) 下記 A 群の種目から講座ごとに1つ選択 A 群:陸上競技、ハンドボール、ソフトボール、サッカー、アルティメット B 群:バレーボール、バスケットボール、バドミントン、フットサル	a: 各種目に応じた、各種目、演技特有の技能を身につける。 技術や技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 b: 生涯にわたって各種目を豊かに実践するための事故の課題に応じた運動の取り組み方をしている。 c: それぞれの種目の楽しさや喜びを味わおうとしている。マナーやルールを大切にすることや自己責任を果たそうとしている。健康や安全を確保し、自主的に取り組もうとしている。	テスト	テスト 振り返りシート レポート	振り返りシート 授業態度

※　表中の観点について　a:知識・技能　b:思考・判断・表現　c:主体的に学習に取り組む態度